**Sylabus**

|  |  |
| --- | --- |
| Nazwa kursu | „**Dietetyka w sporcie**. **Skuteczny trener personalny**” |
| Język kształcenia | j. polski |
| Efekty kształcenia | **Wiedza - student/ka:**   * 1. charakteryzuje sposoby postępowania dietetycznego w odniesieniu do wybranych jednostek chorobowych w odniesieniu do zalecanej aktywności ruchowej   2. wyjaśnia związki między realizacją zaleceń żywieniowych a podejmowaną aktywnością ruchową czy sportową.   3. określa aktualnie stosowane zalecenia/strategie mające zastosowanie w redukcji masy ciała lub zwiększania poziomu wydolności w przypadku sportowców.   4. **Umiejętności - student/ka:**   5. ocenia potrzebę wprowadzenia określonych zaleceń dietetycznych w powiązaniu z odpowiednim poziomem aktywności ruchowej wybranych problemach zdrowotnych   6. wyjaśnia potrzebę wprowadzenia modyfikacji zaleceń żywieniowych i prawidłowo dobranej aktywności ruchowej   7. potrafi zastosować nabytą wiedzę w zakresie oceny zachowań żywieniowych stosowanych w redukcji masy ciała i kształtowaniu sylwetki. |
| Imię i nazwisko osoby/osób prowadzących | Trener mgr Karol Makiel  Dr Beata Piórecka |
| Sposób realizacji | *e-learning* |
| Liczba godzin zajęć  dydaktycznych | Seminaria 8 h  Wykłady 4 h  Samokształcenie 13 h  Razem 25 h = 1 ECTS |
| Stosowane metody dydaktyczne | Wykład interaktywny, seminarium, opracowanie zagadnień aktywizujących/uzupełniających przygotowanych na platformie PEGAZ |
| Metody sprawdzania i kryteria  oceny efektów kształcenia uzyskanych przez studentów | Pre-test  Post-test  Wykonanie zadań zaleconych w trakcie zajęć ze studentami |
| Forma i warunki zaliczenia | Obecność na 80% zajęć,  Wykonanie pre-testu i post-testu  Zaliczenie zadań zaleconych w trakcie zajęć |